仕　　様

電子レンジ	消 費 電 力	970W
	高周波出力	600～100W相当
	発振周波数	2,450MHz
トースター	消 費 電 力	1.40kW
	ヒーター出力	1.37kW
電　　源	交流100V（50Hz・60Hz共用）	
質　　量	9.2kg	
寸　　法	外　　形	幅457mm×奥行330mm×高さ240mm
	庫　　内	幅276mm×奥行261mm×高さ127mm （あみ　幅270mm×奥行255mm）

●この製品は、日本国内用に設計されています。電源電圧の異なる外国では、使用できません。
また、アフターサービスもできません。

●コンセントに電源プラグを差した状態で、切り替えつまみが「切」のとき（表示部が消灯時）の消費電力は約0.2Wです。
切り替えつまみが「切」以外で「0秒（g）」表示のとき、消費電力は約1.2Wです。

愛情点検　長年ご使用のトースターレンジの点検を！

このような症状はありませんか	●電源コードやプラグが異常に熱くなる。 ●異常な臭いや音がする。 ●ドアに著しいガタや変形がある。 ●触ると電気を感じる。 ●その他の異常や故障がある。

→ このような症状の時は使用を中止し、故障や事故防止のためコンセントから電源プラグを抜いて必ず販売店に点検をご相談ください。

便利メモ（おぼえのため記入されると便利です。）

お買い上げ日	年　　月　　日	品　　番	NE-TM1
販 売 店 名			
	☎　　　　（　　　　）		
お客様ご相談窓口			
	☎　　　　（　　　　）		

松下電器産業株式会社　電子レンジビジネスユニット

〒639-1188　奈良県大和郡山市筒井町800

レシピなど、お役立ち情報を満載！ ナショナルのホームページ
http://national.jp

A0016-1E74
F0603-4106

National

50Hz 60Hz共用

家庭用ナショナル トースターレンジ 取扱説明書

品番 NE-TM1

Cook Book

ピザトースト
（23ページ）

コンビであたため
（21ページ）

このたびは、トースターレンジをお買い上げいただき、まことにありがとうございました。

●この取扱説明書と保証書をよくお読みの上、正しくお使いください。そのあと大切に保存し、必要なときにお読みください。
●保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を必ず確かめ、販売店からお受け取りください。

上手に使って上手に節電　　保証書別添付

コンビ加熱でフライもの、惣菜パンをおいしくあたため

レンジとオーブントースターのコンビ加熱で、おいしくあたためることの難しかったフライなどは
カリッとサクサクに、惣菜パンは中身の具まで上手にあたためます。

トースター機能もレンジ機能も充実!

熱効率のよい上下ヒーターの構成により、トーストが早くおいしく焼けます。また上方給電で
コンパクトサイズのレンジでは入らなかった大きいサイズの幕の内などのお弁当もあたためられます。

コンパクトサイズ&スタイリッシュなデザインですっきりキッチン空間に

ターンテーブルのないフラット庫内を採用。
簡単に操作できるようにダイヤルを採用したシンプルなデザインです。

ピザトースト（☞23ページ）
ホットサンド（☞24ページ）
ホットドッグ（☞23ページ）
キャベツとソーセージのスープ（☞26ページ）

お願い

●時間、重量(g)を設定しドアを閉めると、2秒後に自動的に加熱がスタートします。
（庫内がカラの状態にならないようご注意ください。）
●ドアを閉めてから１分間何も操作しなければ、表示が消えます。
●「ドア開閉」の表示が出たらドアを開閉し、操作してください。
（庫内がカラの状態で加熱するのを防ぐための機能です。）

ドア開閉

もくじ

安全上のご注意……4
各部のなまえと付属品……10
使える容器……12
加熱のしくみ（レンジ、オーブントースター、コンビ）……13
操作のしかた レンジ オーブントースター コンビ……14
●各コースの付属品とポイント……15
ごはん・おかずを レンジであたためる あたため600W……16
肉・魚を 解凍する 解凍……18
トーストで焼く トースト……19
オーブントースター 強・弱で焼く 強 弱……20
フライもの・惣菜パンを コンビであたためる 常温フライ 冷凍フライ……21
調理のコツ……22
メニューレシピ：ピザトースト、ホットドッグ、ホットサンド、さけとしめじのホイル焼き、やきとり、やきいも、梅ぞうすい、キャベツとソーセージのスープ……23
レンジで 野菜をゆでる あたため600W……27
加熱時間一覧表 レンジ オーブントースター コンビ……28
お手入れのしかた……30
取っ手の使いかた……32
故障かな！？……33
保証とアフターサービス……34

●記載の写真については、実物とは若干異なる場合があります。●写真は盛りつけ例です。
●分量を変更するときは、時間を調節してください。
●乱丁落丁はお取り替えいたします。

ご使用前に
使いかた
必要なとき

安全上のご注意 （必ずお守りください）

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを、次のように説明しています。

■表示内容を無視して誤った使いかたをしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

⚠危険	この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う危険が切迫して生じることが想定される」内容です。
⚠警告	この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。
⚠注意	この表示の欄は、「傷害を負う可能性または物的損害のみが発生する可能性が想定される」内容です。

■お守りいただく内容の種類を、次の絵表示で区分し、説明しています。
（下記は、絵表示の一例です。）

⚠	このような絵表示は、気を付けていただきたい「注意喚起」内容です。
	このような絵表示は、してはいけない「禁止」内容です。
	このような絵表示は、必ず実行していただく「強制」内容です。

⚠危険

■自分で絶対に分解・修理・改造を行わない

分解禁止

感電・発火したり・異常動作をしてけがをすることがあります。

●故障と思われるときは、販売店にご相談ください。

■吸排気口や穴などに、ピンや針金などの金属物や異物、指を入れない

禁止

感電やけがをすることがあります。

●異物が入った場合は、電源プラグをコンセントから抜き、販売店にご相談ください。

⚠警告

■定格15A以上・交流100Vのコンセントを単独で使う

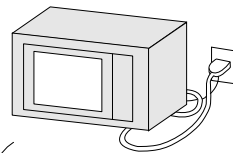
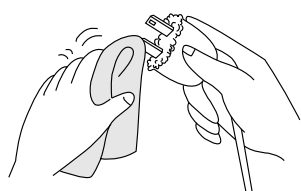
他の器具と併用した分岐コンセントを使うと異常発熱して発火することがあります。

●延長コードも定格15Aのものを単独でお使いください。

■電源プラグの刃・刃の取付面に付着したほこりはふき取る

ほこりが原因で発火し、火災の恐れがあります。

■電源コード・電源プラグを傷つけない

禁止

加工する、高温部（排気口など）に近づける、無理に曲げる、引っ張る、ねじる、束ねる、重いものを載せる、はさみ込むなどをすると、電源コードが破損し、火災・感電・ショートの原因になります。

■本体のお手入れは、電源プラグをコンセントから抜き、冷めてから行う

電源プラグを抜く

感電・やけど・けがをすることがあります。

■アースを確実に取り付ける

アース線接続

故障や漏電のときに、感電する恐れがあります。

●取り付けは、販売店または電気工事店にご相談ください。
（本体価格には工事費は含まれていません）

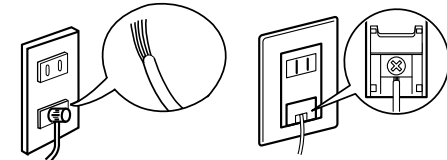
■水けや湿気の多い所に設置する場合は…

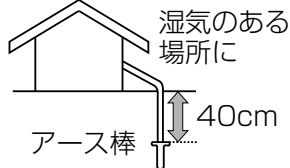
電気工事士の有資格者がD種接地工事をするよう、法令で定められています。

●湿気の多い所とは…
飲食店の厨房、土間、コンクリート床、酒・しょうゆなどの醸造・貯蔵所など。

●水けのある場所とは…
（漏電しゃ断器も取り付ける）
鮮魚店、青果店の作業場で水を扱う所、水滴の飛び散る所、地下室など結露の起きやすい所。

（アース端子付きコンセント使用の場合）

アース線の先端の皮を取りはずし、アース端子に確実に固定する。

（アース端子付きコンセントのない場合）

アース棒（別売）をご使用ください。

※ガス管や水道管、電話や避雷針のアース線には絶対に接続しないでください。
（法令で禁止されています）

設置場所の変更やご転居の際には、必ず再度アースの取り付けを行ってください。

⚠警告

■熱に弱いものを近づけない

禁止

たたみ・じゅうたん・テーブルクロスなど敷物の上に置いたり、燃えやすいものやカーテン・スプレー缶を近づけるとオーブントースター・コンビ使用時の高温で引火や破裂することがあります。

■調理中に電源プラグを抜き差ししない

禁止

感電や火災の原因になります。

●**切り替えつまみ**を「切」にしてから電源プラグを抜いてください。

■子供だけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わない

禁止

やけど・感電・けがをする恐れがあります。

■ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない

ぬれ手禁止

感電・けがをすることがあります。

■電源プラグは根元まで確実に差し込む

差し込みが不完全な場合、感電やショート、発火による火災の原因になります。
傷んだプラグ・ゆるんだコンセントは使用しないでください。

⚠注意

■電源プラグを抜くときは電源コードを持って引き抜かない

禁止

電源コードを持って引き抜くと感電・ショートして発火することがあります。

■長期間使用しないときは、電源プラグを抜く

電源プラグを抜く

絶縁劣化などで感電や漏電・火災の原因になります。

■オーブントースター加熱中やコンビ加熱中、加熱終了後は高温部（本体・ドア・庫内など）に触れない
（ただし操作部・ドアの取っ手を除く）

接触禁止

高温のためやけどをすることがあります。
●表示部に「▮▮▮▮▮」が点滅しているときは、庫内が高温のためご注意ください。
角皿・あみなどに素手で触れないでください。

⚠注意

■ドアに物をはさんだまま使用しない

禁止

電波漏れによる障害が起こることがあります。

■庫内の包装材は使用前に取り出す

焦げ・変形・発火の恐れがあります。

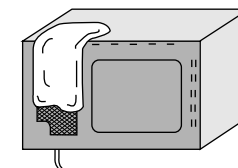
■ドアに無理な力を加えない

禁止

倒れてけがをしたり電波漏れの原因になります。

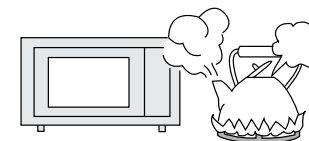
■吸気口・排気口をふさがない

禁止

火災の原因になります。

●ごみ・ほこりが付着したときはお手入れしてください。
（お手入れのしかた☞30ページ）

■水のかかるところや火気の近くで使用しない

禁止

感電や漏電の原因になります。

■不安定な場所に置かない

禁止

落ちたり倒れたりして、けがの原因になります。
とくに置き台から本体がはみ出さないように設置してください。

■衣類の乾燥など調理以外に使用しない

禁止

過熱・異常動作して発火・やけどをすることがあります。

■食品や飲みものは加熱しすぎない

禁止

発火・発煙・突沸の恐れがあります。

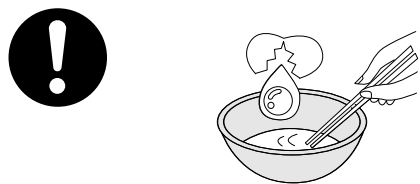
●飲みもの（牛乳･お酒･コーヒー･水など）や生クリームなどの油脂分の多い液体などは、加熱中や加熱後、取り出すときに突然飛び散り（突沸し）やけどの恐れがあります。飲みものは加熱前にスプーンなどでかき混ぜます。
●少量の食品（固体）などは発煙・発火する恐れがあります。必ず様子を見ながら加熱してください。

■使用中は本体から離れない

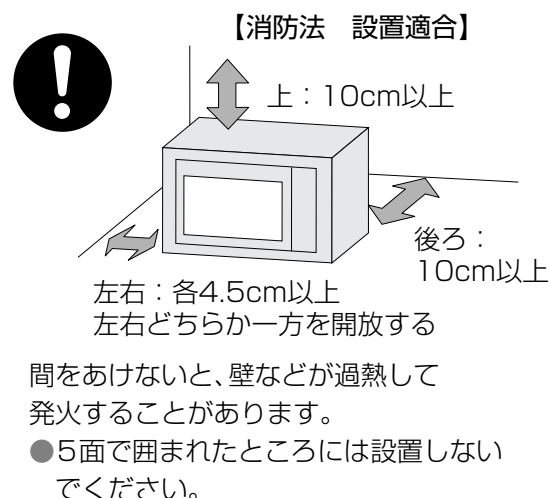
禁止

食品の過加熱などで発火することがあります。
そばを離れるときは、必ず**切り替えつまみ**を「切」にしてください。

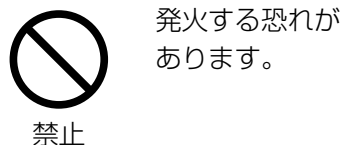
⚠注意

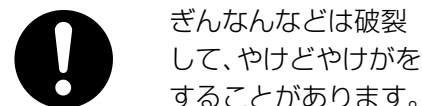
■卵を電子レンジで加熱するときは、必ず割りほぐす

破裂して、やけどやけがをすることがあります。
●ゆで卵（殻付・殻なし）のあたためもしないでください。

■壁などとの間はあけておく

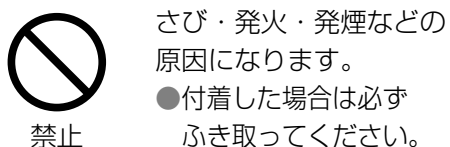
間をあけないと、壁などが過熱して発火することがあります。
●5面で囲まれたところには設置しないでください。

■鮮度保持剤（脱酸素剤）を入れたまま加熱しない

禁止

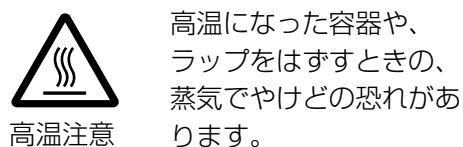
発火する恐れがあります。

■殻・膜のある食品は割れ目・切れ目を入れてから加熱する

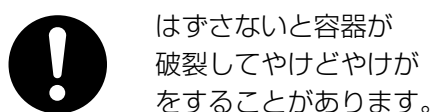
ぎんなんなどは破裂して、やけどやけがをすることがあります。

■庫内やドアに油・食品カス・煮汁をつけたまま放置したり、加熱したりしない

禁止

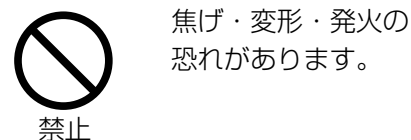
さび・発火・発煙などの原因になります。
●付着した場合は必ずふき取ってください。

■食器を取り出すとき、ラップをはずすときなどは注意する

高温注意

高温になった容器や、ラップをはずすときの、蒸気でやけどの恐れがあります。

■ビンのふたや、せん（ねじ式のものなど）は、はずして加熱する

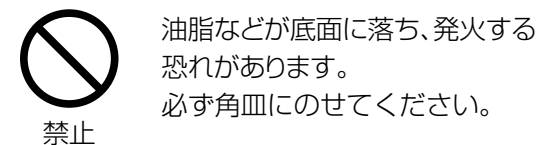
はずさないと容器が破裂してやけどやけがをすることがあります。

■オーブントースターやコンビ加熱をするときは、樹脂の容器を使用しない

禁止

焦げ・変形・発火の恐れがあります。

⚠注意

■付属のあみ（10ページ参照）の上に直接魚や肉を置いたり、バター・ジャムを塗ったパンを焼かない

禁止

油脂などが底面に落ち、発火する恐れがあります。
必ず角皿にのせてください。

■オーブントースター・コンビ加熱後、熱くなった角皿・あみを急冷するときは注意する

高温注意

蒸気や飛まつでやけどの恐れがあります。

■庫内底面に直接食品や容器を置かない

禁止

発火・発煙の恐れがあります。

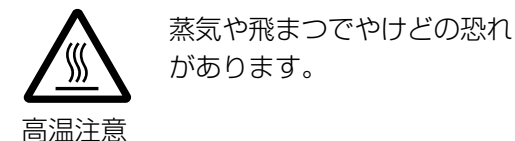
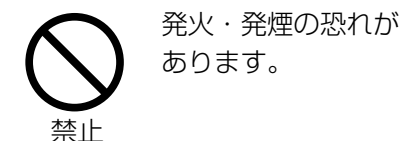
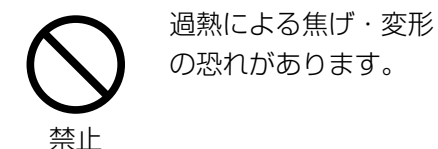
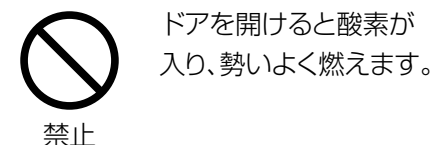
■本体の上に物を置かない

禁止

過熱による焦げ・変形の恐れがあります。

■庫内で食品が燃えたときは、ドアを開けない

禁止

ドアを開けると酸素が入り、勢いよく燃えます。

●次の処置をしてください。
①ドアを閉めたまま **切り替えつまみ**を「切」にするか、**タイマーつまみ**を「0」にする。
②電源プラグを抜く。
③本体から燃えやすいものを遠ざけ、鎮火するのを待つ。
●鎮火しない場合は、水か消火器で消火する。
●そのまま使用せず、必ず販売店に点検を依頼してください。

お願い

電子レンジ調理

■缶詰・レトルト袋の食品は、容器に移す
アルミ包装は加熱できません。

■庫内がカラのまま作動させない
異常に高温になり、故障の原因になります。またカラの容器も加熱しないでください。

■金属容器・金串などは、使わない
火花が飛び、故障の原因になります。

オーブントースター・コンビ調理

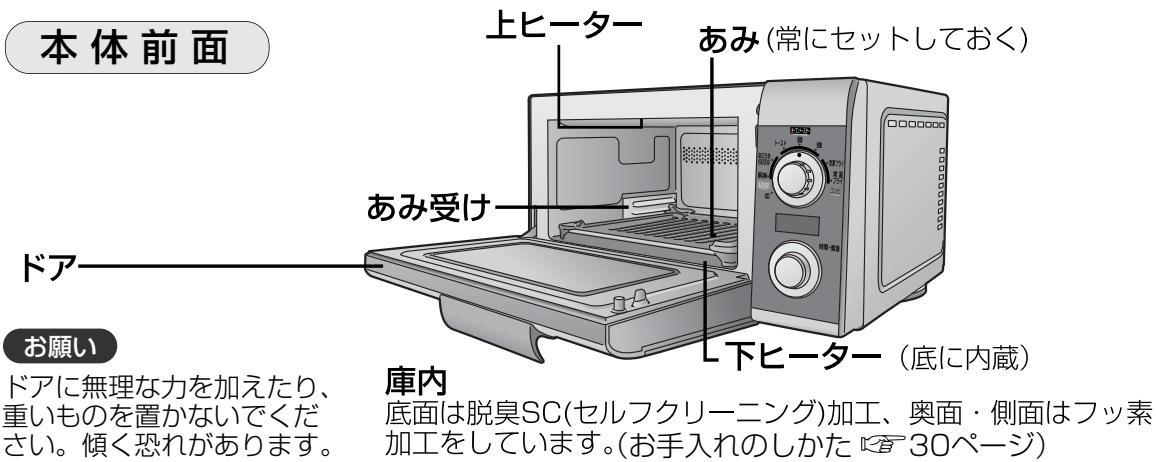
■オーブントースター・コンビ調理後、角皿・あみは必ず付属の取っ手で出し入れする
素手で触るとやけどの恐れがあります。必ず付属の取っ手をお使いください。

■テレビ・ラジオ・無線機器・アンテナ線などに近づけない
画像の乱れ、雑音の原因になります。
4m以上離してください。

角皿について

■角皿の表面加工を傷めないために
金属製のヘラ、ナイフ、フォークでこすらないでください。
傷がつき、腐食してこびりつきの原因になります。

各部のなまえと付属品

本体前面

お願い

ドアに無理な力を加えたり、重いものを置かないでください。傾く恐れがあります。

庫内

底面は脱臭SC(セルフクリーニング)加工、奥面・側面はフッ素加工をしています。(お手入れのしかた ☞30ページ)

操作部

切り替えつまみ

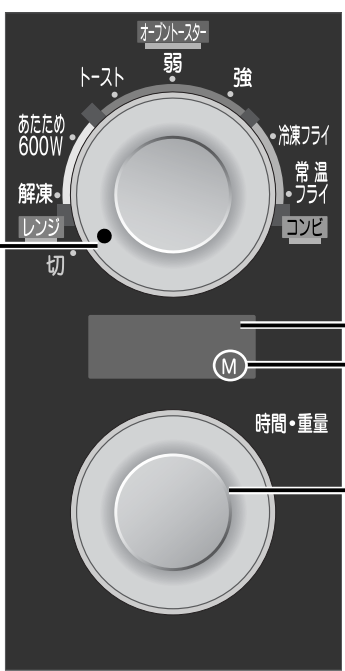
切
表示部が消灯します。

レンジ
解凍・あたため600W

オーブントースター
トースト・弱・強

コンビ
冷凍フライ・常温フライの設定ができます。

●加熱途中、つまみを回すと加熱が停止します。
加熱途中の切り替えはできません。

※加熱途中、できばえを確認したいときはドアを開けて確認してください。
再度ドアを閉めると自動的に調理が再開します。

表示部

※「M」表示は店頭用のモードです。表示されていると加熱ができません。
解除してください。
（解除のしかた☞11ページ）

タイマーつまみ

●時間を設定するとき、解凍は重量(g)の設定に使います。

●加熱途中、つまみを回すと時間の変更ができます。
加熱時間の追加は最大5分まで増やせます。「0」に合わせると加熱が停止します。

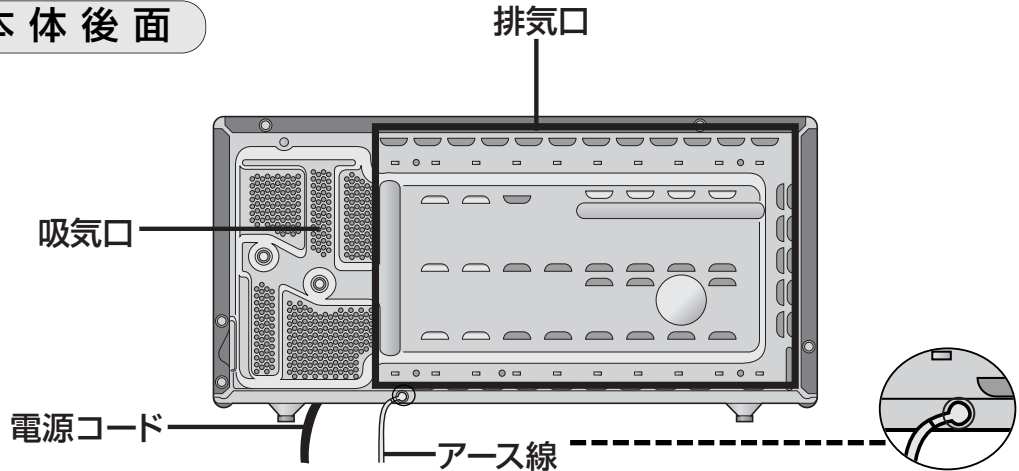
表示部

●切り替えつまみが「切」以外の状態で電源プラグを差し込んだときは「ドア開閉」が表示されます。

ドア開閉

●１分間何も操作しなければ表示が消えます。
次に、操作をすると「ドア開閉」が表示されます。
ドアを開閉してから操作をしてください。

・1分経過後 → 操作 → ・「ドア開閉」表示 → ドア開閉 → ・初期表示

本体後面

●本体後下の取り付け位置（アースと表示部分）にあるビスで必ず締めて取り付けてください。

付属品

すべてそろっているかを確認しましょう。

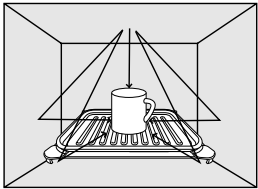
付属品	使いかた	レンジ コンビ	オーブントースター トースト	オーブントースター 強・弱
角皿	• トースト以外で使用します。 • セットする向きを間違えないために矢印を記載しています。矢印を手前に合わせてください。 • あみの四つ角の内側にセットします。	使います ○	使いません ×	使います ○
取っ手	• 角皿・あみを取り出すときに使用します。 取っ手の使いかたは（☞ 32ページ）			
アース線	• 本体への取り付けかたは上記をご参照ください。			
クリーントレー	• 本体への取り付けかた、はずしかたは（☞32ページ）			

• 紛失した場合は、お買い上げの販売店までお申し付けください。(有料)
• ナショナル・パナソニックのショッピングサイト
Pana Sense（http：//www.sense.panasonic.co.jp）で取り扱っているものもあります。

「M」モードの解除のしかた

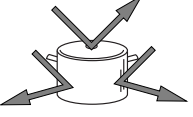
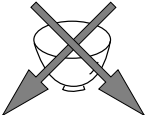
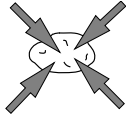
①切り替えつまみを あたため600W に合わせる。
②切り替えつまみを「常温フライ」に合わせる。
③5秒以内にドアを3回開閉する。
④ピッと鳴って、解除完了。（つまみを回しても「M」表示しません。）
※切り替えつまみが あたため600W になっている場合は手順②から行ってください。

使える容器

○印は使えます。　×印は使えません。

お願い　オーブントースター・コンビ使用後、あみ・角皿が熱いときは、熱に弱い容器をのせないでください。溶ける恐れがあります。

容器の種類	電子レンジ加熱の場合		オーブントースター・コンビ加熱の場合	
耐熱ガラス製容器	○	•カラメルなどの高温になる料理は急熱、急冷に強い超耐熱ガラス製容器をお使いください。	○	
耐熱性のないガラス容器	×	•カットガラス、強化ガラスも使えません。	×	
耐熱性プラスチック容器（耐熱温度140℃以上）「電子レンジ使用可能」表示があるもの	○	•「電子レンジ使用可能」の表示のあるものをお使いください。•ふたは熱に弱いものがあるためご注意ください。また、密封性の高いふたはさけてください。•油脂、糖分の多い食品は高温になるため使えません。	×	•ただしオーブン用指定のものは使えます。
耐熱性のないプラスチック容器（耐熱温度140℃未満）	×	•電波で変質するもの（ポリエチレン、メラミン、フェノール、ユリア樹脂など）も使えません。	×	
陶器・磁器	○	•ただし色絵やひび・金銀模様のあるものは器を傷め、火花が飛ぶので使えません。	○	•ただし内側の色絵のあるものは、はげることがあるので避けてください。
漆器	×	•塗りがはげたり、ひび割れる恐れがあります。	×	
アルミ・ホーローなどの金属容器	×	•金網や金串なども火花が飛ぶので使えません。•電子レンジ専用の焦げ目付け皿（金属製）も使えません。	○	オーブントースターのとき　•ただし、取っ手が樹脂のものは使えません。
			×	コンビのとき
木・竹製品・紙製品	×	•針金を使っているものは、燃えやすくなります。	×	•ただし耐熱加工を施した紙製品（オーブンシート）などは使えます。
ラップ（耐熱温度140℃以上）	○	•ただし油分の多い料理は高温になるため使えません。	×	•高温になり溶ける恐れがあります。
アルミホイル	×	•ただし電波を反射する性質を利用して部分的に使うことができます。（生ものの解凍など）	○	オーブントースターのとき
			×	コンビのとき

加熱のしくみ

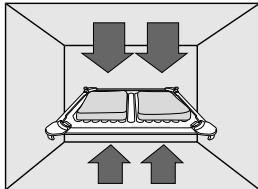
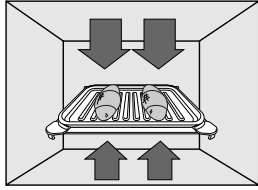
レンジ

電波（レンジ）で加熱します

電波の性質　食品中の水分子がぶつかり合って摩擦熱を起こすため食品の外側と内部がほぼ同時に加熱されます。

食品や水分には吸収。

陶器やガラスなどは透過。

金属に当たると反射。

ここがコツ

食品の分量が2倍になると、加熱時間は2倍弱になる。

オーブントースター

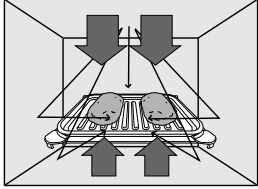
トースト

強・弱

上下ヒーターで加熱します

●トーストは食パンを焼く時のみ使います。（火力1000W相当）あみだけを使用して焼きます。最大設定時間は5分です。

●オーブントースター強弱はヒーターの強さと設定できる時間が異なります。

強：火力 800W相当　最大設定時間　10分
弱：火力 500W相当　最大設定時間　30分
強・弱ともあみと角皿を使用して焼きます。

ここがコツ

• 加熱後はすぐに取り出す。
• ピザトーストのように加熱すると油が出たり、チーズが溶けるメニューは強または弱で角皿を使って焼きます。

コンビ

電波（レンジ）と上下のヒーターで加熱します

●食品の種類によって常温フライ冷凍フライを使い分けてください。（食品例は ☞ 21ページ）設定時間に対して電波とヒーターの時間の配分や、ヒーターの強さが変わります。

常温フライ　レンジ｜ヒーター断続
0分　最大設定時間　10分
フライものをカリッと、またお惣菜パンを焦がさず仕上げるために、ヒーターを断続にして、ゆっくりとあたためます。

冷凍フライ　レンジ｜ヒーター断続
0分　最大設定時間　10分
冷凍食品をとかしてからカリッと仕上げるために、レンジの割合が多めです。

お願い

必ず袋やパッケージから出して、食品を直接角皿にのせる。

操作のしかた

レンジ　オーブントースター　コンビ

準備 電源プラグを差し込み、トースト以外は角皿をセットする。
※各コースの付属品とポイントは（☞15ページ）

1 **切り替えつまみ**を回し、コースを合わせる

2 食品を角皿（またはあみ）の上にのせ、ドアを閉める

※合わせたコース下のランプが点滅する

3 **タイマーつまみ**を右に回し、時間を合わせる（解凍はgを合わせる）

●庫内灯とコース下のランプが点灯。
●2秒後に加熱が自動的にスタートします。
（解凍はg表示から時間表示に変わる。）

できあがり

- "ピッピッ"と5回鳴り、庫内灯が消灯。
- 食品を取り出す。オーブントースター コンビ は調理後、角皿・あみが熱くなっています。必ず付属の取っ手を使って取り出してください。
- 1分後、表示が消えます。表示は消えますが、取り出し忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。(5分間)

4 調理終了後は、必ず**切り替えつまみ**を回し、「切」にする

■表示部の▮▮▮▮▮が点滅中は、庫内(角皿・あみ)が高温になっています。やけどなどにご注意ください。庫内が約70℃以下になるまで点滅していますが調理はできます。

■最大設定時間は（各コースについて☞15ページ）

■各コースに応じた時間に合わせる。(加熱時間一覧表☞28・29ページ)

■加熱中でも時間は、タイマーつまみを回して変更ができます。(追加は最大5分まで。)
切り替えつまみを回すと加熱が停止します。加熱中のコースの切り替えはできません。

●途中で加熱を止めるときは
・切り替えつまみを回して、「切」にする。またはタイマーつまみを回して、「0」にもどす。
・一時停止したいときは、ドアを開ける。(閉めると加熱が再開します)
加熱の途中で食品を取り出し、ドアを閉めると再び加熱が始まりカラ焼きの状態になります。故障の原因になるため気を付けてください。

お願い オーブントースター コンビ 加熱のときは
●樹脂の容器を使用しないでください。発煙・発火の恐れがあります。

各コースの付属品とポイント

レンジ（レンジ加熱）

あたため600W　ごはんやおかずのあたためために使います。
解凍　肉・魚の解凍に使います。

あたため600W・解凍　●付属品

角皿＋あみ

※あみの四つ角の内側に角皿をのせる。

●最大設定時間（解凍はgを合わせる）

あたため600W：10秒単位（0～5分）｜30秒単位（5分～10分）｜1分単位（10分～15分）

解凍：10g単位（0～300gまで）

お願い
- 食品は必ず耐熱性の容器に入れてください。
- オーブントースター・コンビ使用後、角皿が熱いときは、熱に弱い容器をのせないでください。溶ける恐れがあります。

オーブントースター（ヒーター加熱）

トースト　食パン・冷凍食パンを焼くときに使います。
強・弱　おもち、グラタンなどを焼くときに使います。

トースト　●付属品

あみ

●最大設定時間
10秒単位（0～5分）

強・弱　●付属品

角皿＋あみ

※あみの四つ角の内側に角皿をのせる。

●最大設定時間

強：10秒単位（0～5分）｜30秒単位（5分～10分）

弱：10秒単位（0～5分）｜30秒単位（5分～10分）｜1分単位（10分～30分）

お願い
- 樹脂の容器を使用しないでください。発煙・発火の恐れがあります。
- 食パンや大きめのピザなどは、奥側が焼けにくくなるため、前に寄せて置く。（食パンの置きかた☞19ページ）
- 食品は、必ずトレーやパッケージ袋から出して加熱してください。

コンビ（レンジ＋ヒーター加熱）

常温フライ　常温のフライや惣菜パンのあたためために使います。
冷凍フライ　冷凍食品のあたためために使います。

常温フライ・冷凍フライ　●付属品

角皿＋あみ

※あみの四つ角の内側に角皿をのせる。

●最大設定時間
10秒単位（0～5分）｜30秒単位（5分～10分）

お願い
- 樹脂の容器を使用しないでください。発煙・発火の恐れがあります。
- 食品は、必ずトレーやパッケージ袋から出して加熱してください。

使いかた

ごはん・おかずを
レンジであたためる
あたため600W

付属品 角皿＋あみ　レンジ加熱

●切り替えつまみを レンジ あたため600W に合わせる。（加熱時間の目安 ☞ 28ページ）

常温・冷蔵もののあたため
上手にあたためるために、ラップをする場合としない場合があります。

ここがコツ　分量＝約1〜2人分（約300gまで）

ラップするもの

煮もの・カレー
煮もの、カレー、シチュー
・深めの容器で加熱。
途中混ぜ、さらに加熱後混ぜる。

煮魚
・煮汁をかけて。みそ煮は煮汁が飛び散りやすいので深めの容器で加熱。

ハンバーグ・タレのかかった加工食品など
・ソース・タレなどが飛び散りやすいので、深めの容器で加熱。

蒸しもの
しゅうまい、肉まん、あんまんなど
・深めの容器に入れ、水を振りかけて加熱。

ラップしないもの

弁当（幕の内弁当など）
お弁当をあたためるときは
・包装しているラップやふたを必ずはずす。

お願い
・ゆで卵や目玉焼きが丸のまま入っている場合は破裂する恐れがあるため、取り出す。半分などに切られている場合は加熱できます。
・電子レンジに向かない容器（発泡スチロールなど）を使っている場合があります。容器の変形や溶ける恐れがあるので、ご注意ください。

ラップしないもの

ごはんもの
ごはん
・柔らかく仕上げたいときは水か酒をふる。加熱終了後、茶わんの上部を持って、すぐに取り出す。

チャーハン、ピラフ
・油を使ったごはんものもふた（ラップ）なしで加熱。

どんぶりもの
・どんぶりものにはふたをします。
※汁気の少ないものはふたなしで加熱。

飲みもの・汁もの
みそ汁、スープ、牛乳、お酒
・陶器や耐熱性の容器に入れ、加熱の前後混ぜる。
・牛乳・お酒は背の低い広口容器を使う。
・牛乳を上手にあたためるときの置きかたは
（☞ 22ページ）

炒めもの
野菜炒め、やきそばなど
・乾いている場合、バターかサラダ油を加える。

焼きもの
焼き魚、照り焼きなど
・照り焼きは照りをだすために先にタレをぬる。

●市販の加熱済冷凍フライなど（お弁当用）は 冷凍フライ であたためます。

冷凍もののあたため（加熱ムラを防ぐために）
• 皿にのせラップをしてください。
• パッケージごとあたためられる食品も必ず皿にのせてください。

ここがコツ　分量＝約1〜2人分（約300gまで）

ラップするもの

ごはんもの
冷凍したごはん、冷凍ピラフなど
・ラップに包んだまま、容器にのせる。
・ピラフはよくほぐし、容器に入れ、加熱後混ぜる。

カレー・シチュー
・深めの容器に入れて途中混ぜ、さらに加熱後混ぜる。

汁もの
冷凍ポタージュスープ
・吹きこぼれないよう大きめの容器に入れる。
・途中混ぜ、さらに加熱後混ぜる。

冷凍汁もの、スープ
・広口のスープ皿か深めの容器で。
・加熱後混ぜる。

蒸しもの
冷凍しゅうまい、冷凍肉まん・あんまん
・皿にのせ、乾燥防止のため水を振りかけ、ラップでゆったりおおう。

あんかけ料理　冷凍の八宝菜、酢豚など
冷凍の八宝菜、酢豚など
・深めの容器に入れて途中混ぜ、加熱後さらに混ぜる。

ハンバーグ
・調理済みのものを。ソースは焦げつくため別にあたため、加熱後かける。

上手にあたためるには
• 陶磁器・耐熱性容器を使う。
• ラップは容器のふちにぴったりと、食品部はゆったりとおおい（破裂の恐れ）、加熱後すぐはずす。（食品が変形する原因に）
• 加熱時間は食品の分量が2倍になると2倍弱の長さにする。
• 加熱時間は目安のため、食品の種類・加熱前の温度により、様子を見ながら加減する。
• あんまんは、あんの方が先に熱くなるので注意する。
• 具の入っていないパンは、弱 であたためるとふっくら仕上がります。
• フライもの（揚げ調理済のもの）は 常温フライ で、冷凍ものは 冷凍フライ であたためるとカリッと仕上がります。

お願い
• **食品の量に合った大きさの容器を使ってください**
• **熱に弱いふた、密封性の高いふたは使わないでください**
耐熱性のプラスチック容器でも、変形する恐れがあります。

使いかた

あたためのコツ　次ページへ続く

肉・魚を
解凍する

解凍

付属品
角皿＋あみ

レンジ加熱

●**切り替えつまみ**を レンジ 解凍 にし、**食品の重量**を合わせる。

解凍は家庭用冷凍冷蔵庫から出したものをすぐに解凍してください。

肉類

薄切り肉

薄く平たく整えたものを**ラップをはずし**、皿にのせて解凍。

（ひき肉・厚切り肉・鶏もも肉・ささみなど）

魚介類

魚介類

重ならないように並べたものを、**ラップをはずし**、皿にのせて解凍。

（いか・えび・切り身魚・まぐろ・一尾魚など）

ここがコツ

食品は

- **冷凍庫から出してすぐスタート**
  温度が上がっている場合は様子を見ながら解凍してください。

分量は

- **300gまで解凍できます。**

容器は

- **ラップをはずし、皿にのせて解凍します。**

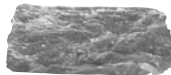
解凍が足りない場合は

- 追加加熱するか、または15分ぐらい室温で放置してください。
- 追加加熱はグラムを設定します。追加したい時間は下の表を参考にしてください。

設定重量	加熱時間	設定重量	加熱時間	設定重量	加熱時間
10g →	18秒	40g →	1分12秒	70g →	2分06秒
20g →	36秒	50g →	1分30秒	80g →	2分24秒
30g →	54秒	60g →	1分48秒	100g →	3分

上手な冷凍のしかた

- **材料は新鮮なものを薄く平たく整える**
  1回分（200～300ｇ）ずつに分け、3cm以内に厚みをそろえます。

- **ラップなどでぴったり密封をする**
- **素材に合わせて工夫をする**
  一尾魚はウロコや内臓を取り、塩水にくぐらせ一尾ずつ保存します。
  えびは重ならないように並べます。
- **バランなどの飾りや敷きものは取り除く**

トーストで焼く

トースト

付属品
あみ

ヒーター加熱

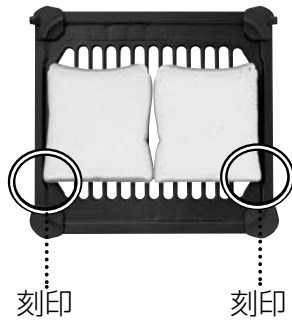
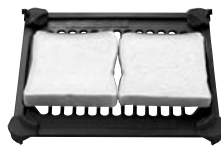
お願い オーブントースター加熱のときは
●樹脂の容器を使用しないでください。発煙・発火の恐れがあります。

●**切り替えつまみ**を オーブントースター トースト に合わせる。
（加熱時間の目安 ☞ 28ページ）

食パン・冷凍食パンが１～2枚焼けます。

ここがコツ

置きかた

●食パン、フランスパン、山形食パンなど
パンを置くときは、あみの手前にある刻印の線に（右図参照）手前側を合わせて並べます。
フランスパンのときも同じように刻印の線に合わせて並べます。

お願い

トーストするときは角皿は使わないで
付属の角皿を使うと底面に焼き色がきれいにつきません。
加熱中は焼き色に気を付けて
パンの種類・大きさ・厚さにより焼け方が変わるため様子を見ながら焼いてください。
加熱後はすぐに取り出して
食品が焦げる恐れがあります。

使いかた

オーブントースター 強・弱で焼く

(強)火力800W相当
(弱)火力500W相当

付属品 角皿＋あみ | ヒーター加熱

お願い [オーブントースター]加熱のときは
●樹脂の容器を使用しないでください。発煙・発火の恐れがあります。

●**切り替えつまみ**を[オーブントースター](強)または(弱)に合わせる。
(加熱時間の目安 ☞ 29ページ)

(強)で焼く

おもち、ピザトースト、グラタンなどを焼くことができます。

焼く	・おもち（パックもち）	1～4個（約200gまで）
	・ピザトースト	1～2枚（約300gまで）
	・冷凍グラタン、手作りグラタン	1～2皿
	・その他オーブントースターメニュー	

置きかた

ここがコツ

■おもち（パックもち）
必ずあみの上に角皿をのせて、その上におもちを置きます。
おもちがくっつかないよう、薄くサラダ油を塗ってもよいでしょう。
※つきたてのもちや自家製のもちは、保存期間などにより焼け具合が変わるため様子を見ながら焼いてください。

■加熱すると油が出たりチーズが溶けるメニューも、必ず角皿にのせて焼きます。（角皿を使用するため、底面の焼き色は薄くなります。）
<食品例>ピザトースト、ピザなど

お願い 食品は必ず袋やパッケージから出し、角皿に直接のせて焼いてください。
ヒーターを使用しているため袋やパッケージが溶け、発煙・発火の恐れがあります。

(弱)であたためる、焼く

バターロールやクロワッサンをあたためたり、冷蔵ピザを焼くときに使います。

あたためる	・バターロール・クロワッサンなどの小さめのパン	1～4個（約200gまで）
焼く	・冷蔵ピザ	直径15cmのもの　1枚

置きかた

ここがコツ

具が入ってるカレーパンや惣菜パンは(常温フライ)であたためます。

お願い 食品は必ず袋やパッケージから出し、角皿に直接のせて焼いてください。
ヒーターを使用しているため袋やパッケージが溶け、発煙・発火の恐れがあります。

フライもの・惣菜パンを コンビであたためる

(常温フライ)
(冷凍フライ)

付属品 角皿＋あみ | レンジ＋ヒーター加熱

お願い [コンビ]加熱のときは
●樹脂の容器を使用しないでください。発煙・発火の恐れがあります。

●**切り替えつまみ**を[コンビ](常温フライ)または(冷凍フライ)に合わせる。
(加熱時間の目安 ☞ 29ページ)

(常温フライ)であたためる

（常温のコロッケ、フライもの、冷凍ピザ、惣菜パン、カレーパンなど）

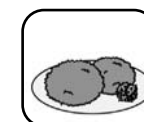
食品例	・常温のコロッケ、フライもの	1～8個（約30～300gまで）
	・冷凍ピザ	1枚（直径約15cmのもの、約120g）
	・惣菜パン	1～3個（約60～300gまで）
	・ハンバーガー	2個（約150～300gまで）

置きかた

ここがコツ

■冷蔵ものは、常温のものより約20～40秒長めに加熱します。

■パンの中の具や、上にのっているソースなどによってあたたまり具合や焼けかたが異なります。必ず様子を見ながら加熱してください。

お願い 冷凍ピザやパンは必ず袋やパッケージから出して、角皿に直接のせてあたためてください。
ヒーターを使用しているため袋やパッケージが溶け、発煙・発火の恐れがあります。

(冷凍フライ)であたためる（市販のお弁当用食品冷凍フライ、焼きものなど）

食品例
・市販のお弁当用冷凍食品フライ、焼きもの（コロッケ、から揚げ、ハンバーグなど）
・冷凍焼きおにぎり
※小分けトレーになっているタイプ
いずれも1～6個（約30～300gまで）

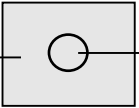
置きかた

※置きかたによってできばえが異なります。
置きかたのコツは（ ☞ 22ページ）

ここがコツ

加熱していない冷凍食品はうまくできません。揚げ調理済みなどの冷凍食品の再加熱にご使用ください。

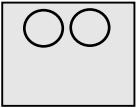
お願い
・食品は必ず小分けトレーから出し、角皿に直接のせてあたためてください。ヒーターを使用しているためトレーごと加熱するとトレーが溶け、発煙・発火の恐れがあります。（食品パッケージ記載の内容、時間とは異なります。）
・冷凍ピザは(常温フライ)で焼きます。

コンビの加熱時間について

・コンビ加熱では加熱時間の目安を参考に時間を合わせてください。極端に長め、短めの時間に合わせると、レンジとヒーターのバランスが変わり、うまくできないことがあります。
・できたりないときは[オーブントースター](弱)で様子を見ながら追加加熱してください。

調理のコツ

あたためのコツ

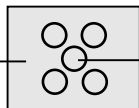
■ぬるい部分がある場合には
食品を混ぜたり、置き位置を変えた後に、再度様子を見ながら加熱してください。

牛乳をあたためるときの置きかた

■1杯のとき

1杯のときは角皿の中央に置きます。

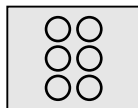
■2杯のとき

2杯のときは角皿の奥側に寄せて置きます。

連続してオーブントースターで調理する場合

調理の途中で庫内の過熱を防ぐために、庫内が熱いときには、しばらくヒーターが消えることがあります。
また、連続して調理すると初回より焼き色が薄くなったり、加熱不足になることがあります。
2回目以降は必ず様子を見ながら焼いてください。

オーブントースターで上手に焼く

角皿にのる大きさで、直径15cm以上の冷蔵ピザや冷凍グラタン、手作りグラタンを焼くときは、上手に焼き上げるために途中手前と奥を入れ替えてください。
その時、あみと角皿が熱くなっていますので必ず取っ手を使い、気を付けて取り出してください。(取っ手の使いかた ☞ 32ページ)

冷凍フライをあたためるときの置きかたのコツ

■5個のとき

■6個のとき

複数加熱する場合は、横に広げずに角皿の中央に寄せて置きます。
(横に広げて置くと、加熱ムラになります。)

オーブントースターで焼く

メニューレシピ

ピザトースト

設定:強

付属品と加熱時間の目安:

角皿＋あみ	約5～6分

★アドバイス
1枚焼くときは中央に置いて焼きます。

材料(2枚分)

食パン(6枚切)	2枚
ピザソース	30g
ナチュラルチーズ(細かく刻む)	80g
玉ねぎ(薄切り)、ピーマン、サラミソーセージ(輪切り)	各適量

作りかた

①パンに具をのせる
パン2枚にそれぞれにピザソースをぬり、チーズの半量をのせ、具を並べて残りのチーズをかける。

②焼く
角皿に①をのせ、庫内へ。
切り替えつまみを回し、強に合わせる。
タイマーつまみを回し、約5～6分に合わせて焼く。

ホットドッグ

設定:あたため600W 強

付属品と加熱時間の目安:

あたため600W

角皿＋あみ	約1分

強

角皿＋あみ	約2～3分

材料(2本分)

ホットドッグ用パン(タテに1/3深さの切り込みを入れる)	2本
キャベツ(せん切り)	50g
ウインナー(切り込みを入れる)	2本
塩、こしょう、サラダ油	各少々
からしバター	適量
練りがらし、ケチャップ	適量

作りかた

①具を加熱する
耐熱容器にキャベツとウインナーを入れ、塩、こしょう、サラダ油をふる。ラップまたはふたをして角皿にのせ、あみの上に置く。
切り替えつまみを回し、あたため600Wに合わせる。
タイマーつまみを回し、約1分に合わせて加熱。

②焼く
パンにからしバターを塗り、①をはさむ。
角皿にのせ、庫内へ。
切り替えつまみを回し、強に合わせる。
タイマーつまみを回し、約2～3分に合わせて焼く。
※お好みで練りがらし、ケチャップをつけます。

メニューレシピ

ホットサンド

設定：トースト

付属品と加熱時間の目安：

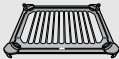
あみ	約2分30秒〜3分

材料（1人分）

食パン（8枚切）	2枚
具	
ツナ（缶詰）	20g
レタス	各少々
A マヨネーズ	適量
A 塩、こしょう	各少々

作りかた

①具を混ぜる

ツナにAを加えて混ぜる。

②パンを焼く

あみの上にパンをのせる。

切り替えつまみを回し、トーストに合わせる。

タイマーつまみを回し、約2分30秒〜3分に合わせて焼く。

③具をはさむ

①とレタスを②のパンにはさむ。

★アドバイス

お好みで具を変えてもよいでしょう。

さけとしめじのホイル焼き

設定：弱

付属品と加熱時間の目安：

角皿＋あみ	約20分

★アドバイス

2人分焼くときは、約25〜30分焼きます。

材料（1人分）

具	
生ざけ（1切れ約80g）	1切れ
しめじ	30g
塩、こしょう	各少々
バター	10g
たれ	
酒、しょうゆ	各大さじ1/2
アルミホイル（25cm角）	1枚

作りかた

①さけの下ごしらえをする

さけは塩、こしょうをして、しばらくおく。

②アルミホイルに包む

アルミホイルの内側に薄くバターをぬり、①、しめじ、バターをのせ、合わせたたれをかけて包む。

③焼く

角皿に②をのせて、庫内へ。

切り替えつまみを回し、弱に合わせる。

タイマーつまみを回し、約20分に合わせて焼く。

やきとり

設定：強

付属品と加熱時間の目安：

角皿＋あみ	約10分

★アドバイス

手作りのたれを使って焼いてもよいでしょう。

しょうゆ	大さじ3
みりん・サラダ油	各大さじ2
砂糖	大さじ1

材料（6本分）

鶏もも肉（1口大に切る）	約100g
ししとう	6個
白ねぎ（4cm位の長さに切る）	1/2本
たれ	
市販のやきとりのたれ	大さじ4〜5

作りかた

①具を竹串にさす

鶏肉、ししとう、白ねぎを竹串に交互にさす。

②たれにつけ込む

よく混ぜ合わせたたれに約30分つけ込む。途中、ときどき上下を返します。

③焼く

角皿にアルミホイルを敷き②をのせ、庫内へ。

切り替えつまみを回し、強に合わせる。

タイマーつまみを回し、約10分に合わせて焼く。

やきいも

設定：弱

付属品と加熱時間の目安：

角皿＋あみ	約30分

★アドバイス

太めのいもを焼くときや、焼き足りない場合は様子を見ながら追加加熱してください。

材料（1〜2本分）

さつまいも（1本約200g位の細いもの）	1〜2本

作りかた

①さつまいもを洗う

さつまいもは洗って、水けをふき取り、フォークで穴をところどころあける。

②焼く

角皿にアルミホイルを敷き①をのせ、庫内へ。

切り替えつまみを回し、弱に合わせる。

タイマーつまみを回し、約30分に合わせて焼く。

メニューレシピ

梅ぞうすい

設定：あたため600W

付属品と加熱時間の目安：

角皿＋あみ	約6分

材料（1人分）

- 冷やごはん……茶わん1杯（150g）
- 梅干し……大1個
- だし汁……1 1/2カップ
- 卵……1個

作りかた

①下ごしらえ

梅干しの種をとり、包丁の背でたたいてみじん切りにする。

②ごはんを加熱

深めの耐熱容器に冷やごはんとだし汁と①を入れて、ラップまたはふたをする。角皿にのせ、庫内へ。

切り替えつまみを回し、あたため600Wに合わせる。

タイマーつまみを回し、約4～5分に合わせて加熱。

③卵を加えて加熱

卵を溶きほぐし、②に流しこむ。ふたなしで角皿にのせ、庫内へ。

タイマーつまみを回し、約40秒～1分に合わせて加熱。

キャベツとソーセージのスープ

設定：あたため600W

付属品と加熱時間の目安：

角皿＋あみ	約6～7分

材料（1人分）

具

- キャベツ（せん切り）……30g
- ソーセージ（輪切り）……2本
- バター……小さじ1

スープ

- 固形のスープの素（細かく砕く）……1個
- 水……1 1/2カップ
- 塩・こしょう……各少々

作りかた

①具を加熱する

キャベツとソーセージとバターを深めの耐熱容器に入れ、ラップまたはふたをする。角皿にのせ、庫内へ。

切り替えつまみを回し、あたため600Wに合わせる。

タイマーつまみを回し、約1分に合わせて加熱。

②スープを加えさらに加熱する

①に、スープの素、水を入れ、ふたなしで角皿にのせ、庫内へ。

タイマーつまみを回し、約5～6分に合わせて加熱。　塩、こしょうで味を調える。

野菜をゆでる あたため600W

付属品：角皿＋あみ　レンジ加熱

●切り替えつまみを レンジ あたため600W に合わせる。

ゆで野菜のポイント

水けを残し、平皿にのせて加熱します。
（平皿は耐熱性のものをお使いください）

葉菜 ほうれん草

①水洗いする

太い茎には、十文字の切り込みを入れ、葉と茎を交互に重ねる。

②加熱する

水けを残し、ラップでぴったり包み、平皿にのせる。
角皿に置き、庫内へ。
あたため600Wで加熱。

③アク抜きをする

手早く流水で洗う。

果花菜 かぼちゃ

①切る

やや厚めに大きさをそろえて。

②加熱する

水けを残し、平皿にのせて皿ごとラップに包む。
角皿に置き、庫内へ。
あたため600Wで加熱。

根菜 じゃがいも

（丸ごと使うとき）

加熱する

水けを残し、平皿にのせて皿ごとラップに包む。
角皿に置き、庫内へ。
あたため600Wで加熱。
2個以上の場合、上下に重ならないよう平らに包む。

（切って使うとき）

加熱する

皮をむき大きさをそろえて切る。水けを残し、ラップでぴったり包む。平皿にのせて角皿に置き、庫内へ。
あたため600Wで加熱。

■加熱時間一覧表

葉菜

素　材　名	分量	加熱時間	加熱後色止め
ほうれん草	200g	約2～3分	要
キャベツ	100g	約1～1分30秒	—
グリーンアスパラガス	100g	約1分～1分30秒	要

果花菜

素　材　名	分量	加熱時間	加熱前アク抜き	加熱後色止め
なす	100g	約1分30秒	要	要
ブロッコリー	100g	約1分30秒	要	要
かぼちゃ	200g	約3分～3分30秒	—	—

根菜

素　材　名	分量	加熱時間
じゃがいも	1個（150g）	約3分30秒～4分30秒
さつまいも	1本（200g）	約4分～4分30秒
さといも	5個（200g）	約4分～4分30秒
にんじん	100g	約1分30秒～2分

ここがコツ

●水けを残して加熱。食品の乾燥や脱水を防ぐ。
●アクの強い野菜は、アクを抜き、色止めをする。
※アク抜き…加熱前塩水につける。
※色止め…加熱後流水にさらす。

加熱時間一覧表

●各メニューの付属品・置きかたは、各コースのコツをご参照ください。
●加熱時間は目安です。様子を見ながら加減してください。

レンジ

●あたため（常温、冷蔵もの） あたため600W

メニュー名	分 量	加 熱 時 間	ラップ・ふた
冷やごはん	1杯（150g）	約1分20秒	ー
どんぶりもの	1人分（300～400g）	約2～3分	有
牛乳	1杯（200ml）	約1分40秒	ー
コーヒー	1杯（150ml）	約1分50秒	ー
お酒	1本（180ml）	約1分20秒	ー
みそ汁	1杯（150ml）	約1分30秒	ー
カレー・シチュー	1人分（300g）	約3分	有
ポタージュスープ	1杯（180ml）	約1分40秒	ー
野菜の煮もの	1人分（150g）	約1分40秒	有
煮魚	1切れ（100g）	約40秒	有
しゅうまい	10個（150g）	約1分30秒	有
肉まん・あんまん	1個（80g）	約40秒	有
スパゲッティ・焼きそば	1皿（250g）	約2分～2分30秒	有
焼き魚	1切れ（80g）	約30～40秒	ー
ハンバーグ	1個（100g）	約1分30秒	有
パン（バターロール）	1個（40g）	約10秒	ー
コンビニ弁当	1個（450g）	約2分	ー

●あたため（冷凍もの） あたため600W

メニュー名	分 量	加 熱 時 間	ラップ・ふた
冷凍ごはん（固まり）	1杯（150g）	約2分30秒～3分	有
冷凍しゅうまい	15個（220g）	約4～5分	有
冷凍ピラフ	1人分（250g）	約4分～4分30秒	有
冷凍肉まん・冷凍あんまん	1個（80g）	約1分～1分30秒	有
冷凍肉だんご（甘酢あんかけ）	1袋（200g）	約4分～4分30秒	有
冷凍パン（バターロール）	1個（40g）	約20～40秒	ー
冷凍ミックスベジタブル	100g	約2分	有

※カレー・シチュー、冷凍肉だんご（甘酢あんかけ）をあたためるときは、加熱の途中混ぜてください。
※冷凍ピラフは加熱後混ぜてください。
※牛乳は冷蔵庫温（約8℃）、お酒・コーヒーは室温（約20～25℃）の場合の加熱時間です。

オーブントースター

●食パン・冷凍食パン トースト 火力1000W相当

メニュー名	分量	加 熱 時 間
食パン6枚切	1枚	約2分50秒～3分20秒
	2枚	約3分～3分30秒

メニュー名	分量	加 熱 時 間
冷凍食パン6枚切	1枚	約3分20秒～3分50秒
	2枚	約3分50秒～4分20秒

※4枚切り、8枚切りの場合も、6枚切りとほぼ同じ時間で焼けます。

オーブントースター

●強・弱の加熱時間 強 火力800W相当 弱 火力500W相当

メニュー名	分 量	設 定	加 熱 時 間	ラップまたはふた
おもち（パックもち）	1～4切れ	強	約5～7分	無 ヒーターが入るため溶ける恐れがあります。
冷凍グラタン（オーブン用）	1～2皿（約250～500g）	強	約15～17分	
冷蔵ピザ（直径約15cm）	1枚	弱	約7～8分	
バターロールのあたため	3個（約90g）	弱	約2～2分30秒	
クロワッサンのあたため	2個（約80g）	弱	約2～2分30秒	

●強で焼く冷凍グラタンは、加熱時間が長いため**タイマーつまみ**を約10分に合わせて焼きます。１回目の加熱終了後、再度**タイマーつまみ**を回し、加熱時間を合わせて様子を見ながら焼いてください。2皿焼く場合は、途中手前と奥を入れ替えてください。

コンビ

●常温のフライもの、冷凍ピザ、惣菜パンなどのあたため 常温フライ

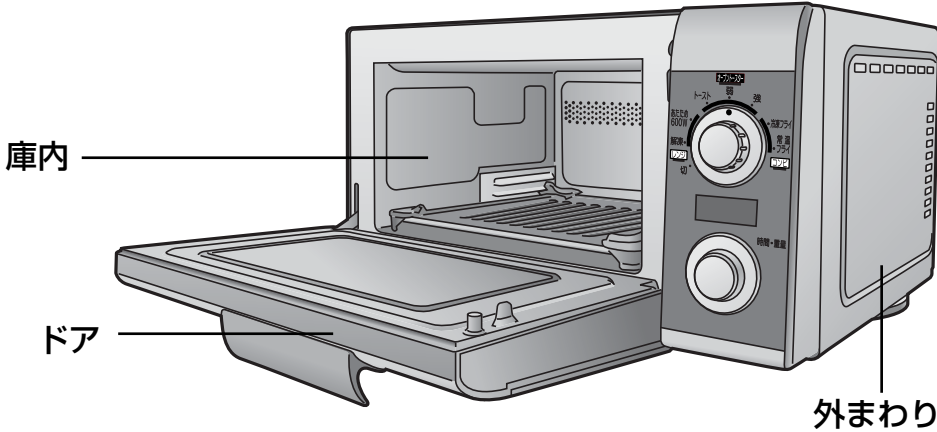
メニュー名	分 量	加 熱 時 間	ラップまたはふた
常温のコロッケ	1個（約60g）	約2分～2分30秒	無 ヒーターが入るため溶ける恐れがあります。
	2個（約120g）	約3分30秒～4分	
	4個（約240g）	約5分～5分30秒	
常温のから揚げ	4個（約120g）	約3分～3分30秒	
	8個（約240g）	約3分30秒～4分	
常温のとんかつ	1枚（約150g）	約3分30秒～4分	
常温の天ぷら（えびの天ぷら）	2尾（約80g）	約2～3分	
冷凍ピザ（直径15cm）	1枚（約120g）	約5分30秒～6分	
カレーパン	1個（約100g）	約2分30秒～3分	
ウインナーパン	2個（約200g）	約3分30秒～4分	
ハンバーガー	1個（約150g）	約2分30秒～3分	

●市販のお弁当用食品冷凍フライ、焼きもののあたため 冷凍フライ

メニュー名	分 量	加 熱 時 間	ラップまたはふた
市販のお弁当用冷凍食品（コロッケ）	1～2個（約30～60g）	約3分～3分30秒	無 ヒーターが入るため溶ける恐れがあります。
	4個（約120g）	約4分30秒～5分	
	6個（約180g）	約5分30秒～6分	
市販のお弁当用冷凍食品（から揚げ、ハンバーグ、春巻など）	2個（約50g）	約3分30秒～4分	
	4個（約100g）	約4分30秒～5分	
冷凍焼きおにぎり	2個（約100g）	約4分30秒～5分	
	4個（約200g）	約6分～6分30秒	
	6個（約300g）	約8分30秒～9分	

コンビの加熱時間について

●コンビ加熱では加熱時間の目安を参考に時間を合わせてください。極端に長め、短めの時間に合わせると、レンジとヒーターのバランスが変わり、うまくできないことがあります。
●冷蔵ものは、常温のものより約20～40秒長めに加熱します。

お手入れのしかた

外まわり

ぬれぶきんでふく

- ひどい汚れは、薄めた台所用洗剤(中性)をしみ込ませてふき取る。
- 吸気口（11ページ参照）についたほこりなどは乾いた布で定期的に取り除く。
（性能を維持するため）

ドア

柔らかい布でふく

- ひどい汚れは、薄めた台所用洗剤(中性)をしみ込ませた布でふき取り、ぬれぶきんで残った洗剤をふき取る。

庫内

- 庫内の脱臭をするときは、汚れをふき取った後、カラ焼きをしてください。
オーブントースター（弱）で約30分加熱してください。

軽い汚れは、ぬれぶきんですぐふき取る

汚れがひどいときは…

- 薄めた台所用洗剤(中性)を布にしみ込ませ、汚れを取り、ぬれぶきんで残った洗剤をふき取る。

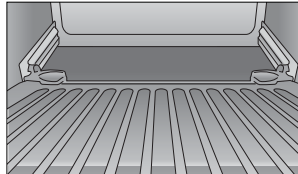
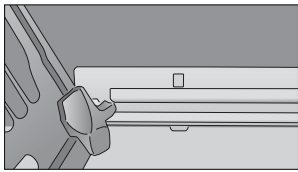
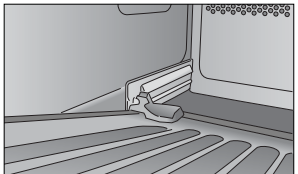
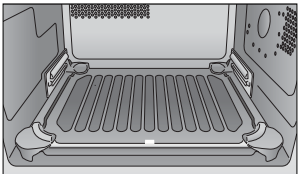
※お手入れ後、底面にシミが残ることがありますが、熱によるものでご使用上問題ありません。

庫内底面

- 底面は柔らかい布でふき取ってください。
- SC(セルフ・クリーニング)加工が、ヒーター調理中に油汚れを焼き切ります。

庫内側面・奥面

- フッ素加工で汚れがつきにくく、ふき取りやすくなっています。

あみのはずしかた、取り付けかた

①あみを手前に引き出します。

②あみを少し上にもちあげて、あみ受けからはずします。

③再びセットするときはあみ受けに沿って入れ、奥まで差し込みます。

- あみは常にセットしておきます。(あみ受けにはめた状態)
庫内底面や、あみが汚れたときはお手入れしましょう。

お願い

●洗剤・食品カスを、すき間や庫内パンチング穴に入れないでください。
（故障の原因になります）

●シンナー、ベンジン、住宅・家具用合成洗剤(アルカリ性)を使わないでください。
（傷・変形・変色の原因になります）

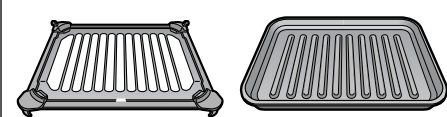
●庫内を強くこすらないでください。
SC効果低下やフッ素コートが、はがれる原因になります。とくにクレンザー・漂白剤などは使用しないでください。

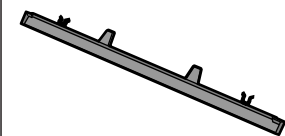
■お手入れは、電源プラグをコンセントから抜き、冷めてから行う

電源プラグを抜く

感電・やけど・けがをすることがあります。また、ぬれた手で電源プラグを抜き差ししないでください。

お手入れのしかた　つづき

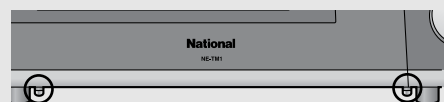
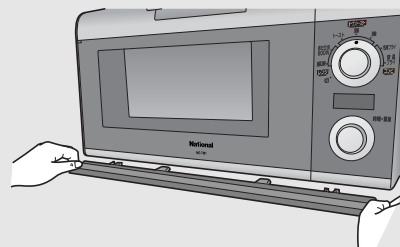
付属品など

あみ　角皿

●スポンジで洗い、水分をふき取る。
●スポンジのナイロン面や金属たわしなどは傷がつく恐れがあるため、使わないでください。

クリーントレー

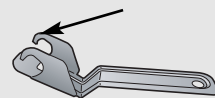
●手前に引いてはずします。
●クリーントレーは柔らかいスポンジで水洗いをし、水分をふき取ります。

お願い
• 付属品を乱暴に扱わないでください。（変形・割れの原因になります）
• クリーントレーは食洗機、食器乾燥機には入れないでください。変形・破損の原因になります。

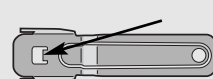
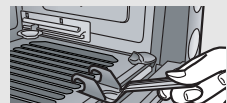
クリーントレーの取り付けかた、はずしかた

●クリーントレーは同梱されています。お使いになる前に必ずセットしてください。

• 本体の下側をのぞくと左図で印したところが見えます。

• 本体の下側にクリーントレーを取り付けてください。取りはずす場合は手前に引いてください。

取っ手の使いかた

●角皿を取り出すとき

• 矢印で印したところを角皿に引っ掛けます。

• 左図のように角皿の中央に取っ手を引っ掛け、持ち上げて取り出します。

●あみを取り出すとき

• 矢印で印したところを上からあみの穴に引っ掛けます。

• 左図のようにあみの穴に取っ手を引っ掛けて引き出します。

故障かな!?

故障かな!?と思われたときは、以下の項目に従って、一度調べてください。

症　状	原　因
全く動かない	●切り替えつまみが「切」になっていませんか。 ●配電盤のブレーカーが切れていませんか。 ●電源プラグが抜けていませんか。●停電していませんか。
食品が全く あたたまらない・焼けない	●表示部に「M」が出ていませんか。店頭用のモードに設定されています。表示されていると加熱ができません。解除してください。（解除のしかた☞11ページ）　M
調理中、上ヒーターがついたり消えたりする	●ヒーター出力を調節しています。故障ではありません。
調理中･調理終了後「カチカチ」音がしたり、ファンの回る音がする	●ヒーターを切り替えているスイッチの音や電気部品を冷却するファンの音です。多少大きな音がすることがありますが故障ではありません。
レンジ・コンビ調理のとき火花が出る	●金粉・銀粉のある容器を、使用していませんか。 ●庫内の壁に金属（アルミホイル・金串など）が触れていませんか。 ●角皿があみにきちんとセットされていますか。（付属品について☞11ページ）
庫内が臭う	●臭いが気になるときは、カラ焼きをしてください。オーブントースター（弱）で約30分加熱してください。 ●庫内・ドア内側に、食品カス・油などがついていませんか。 ※ヒーター調理中は、排気口などから蒸気や煙が出ることがありますが故障ではありません。
ドアがくもり水滴が落ちる	●メニューにより水滴が出ることがありますが、本体には影響ありません。
表示部が点滅している	●右図のような点滅は、庫内が熱くなっているときに表示します。庫内が高温のためご注意ください。庫内が約70℃以下になるまで点滅していますが調理はできます。

■「ピピピッ」と鳴り、次の表示が出たとき

表示	原　因
U 65	●電気部品の温度が高いときに、表示します。 ・電気部品の温度が高くなるとレンジ出力が下がり、その後「U65」が表示されます。ぬるく仕上がったときは、再度あたため直してください。 ●本体を敷きものの上に置いたり、本体と置き台の間に紙などを入れていませんか。 →取り除いてください。吸気口がふさがれ故障の原因をなります。ドアを開閉してから再度操作してください。

以上のことをお調べになり、なお異常があるときは保証書をお示しのうえ、お買い上げの販売店へご連絡ください。

■ご連絡いただきたい内容　**1.** 故障状況 **2.** 製品名（トースターレンジ） **3.** 品番（NE-TM1） **4.** お買い上げ日（年月日）　※保証書に記入してあります。

保証とアフターサービス

修理・お取り扱い・お手入れなどのご相談は…
まず、お買い上げの販売店へお申し付けください。

転居や贈答品などでお困りの場合は

- 修理は、サービス会社・販売会社の「修理ご相談窓口」へ！
- 使いかた・お買い物などのお問い合わせは、「お客様ご相談センター」へ！

■保証書（別添付）

お買い上げ日、販売店などの記入を必ず確かめ、
お買い上げの販売店からお受け取りください。
よくお読みのあと、保存してください。

保証期間：お買い上げ日から本体1年間
ただし、マグネトロンは2年間です。
（一般家庭用以外に使用される場合は除きます）

■補修用性能部品の保有期間

当社は、このトースターレンジの補修用性能部品を、製造打ち切り後8年保有しています。
注）補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

■修理を依頼されるとき

33ページの表に従ってご確認のあと、
直らないときは、まず電源プラグを抜いて、
お買い上げの販売店へご連絡ください。

- 保証期間中は
  保証書の規定に従って、出張修理をさせていただきます。
- 保証期間を過ぎているときは
  修理すれば使用できる製品については、ご要望により修理させていただきます。
  下記修理料金の仕組みをご参照のうえご相談ください。
- 修理料金の仕組み
  修理料金は、技術料・部品代・出張料などで構成されています。
  [技術料] は、診断・故障個所の修理および部品交換・調整・修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。
  [部品代] は、修理に使用した部品および補助材料代です。
  [出張料] は、製品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。

ご連絡いただきたい内容	
製　品　名	トースターレンジ
品　　　番	NE-TM1
お買い上げ日	年　月　日
故障の状況	できるだけ具体的に

ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱い

松下電器産業株式会社およびその関係会社は、お客様の個人情報やご相談内容を、ご相談への対応や修理、その確認などのために利用し、その記録を残すことがあります。また、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に提供しません。
お問い合わせは、ご相談された窓口にご連絡ください。

修理に関するご相談

ナショナル パナソニック　修理ご相談窓口

ナビダイヤル（全国共通番号）　0570-087-087

- 呼出音の前にNTTより通話料金の目安をお知らせします。
- 携帯電話・PHS・IP電話等、ナビダイヤルがご利用できない場合は、最寄りの修理ご相談窓口に直接おかけください。
- 最寄りの修理ご相談窓口は、次ページをご覧ください。

使いかた・お買い物などのご相談

ナショナル パナソニック　お客様ご相談センター

365日／受付9時～20時

電話　フリーダイヤル　0120-878-365（パナは365日）
■携帯電話・PHSでのご利用は…　06-6907-1187
FAX　フリーダイヤル　0120-878-236

Help desk for foreign residents in Japan
Tokyo (03) 3256 - 5444　**Osaka** (06) 6645 - 8787
Open : 9:00 - 17:30 (closed on Saturdays / Sundays / national holidays)

※電話番号をよくお確かめの上、おかけください。

ナショナル パナソニック
修 理 ご 相 談 窓 口

ナビダイヤル（全国共通番号）　**0570-087-087**

- 呼出音の前にNTTより通話料金の目安をお知らせします。
- 携帯電話・PHS・IP電話等、ナビダイヤルがご利用できない場合は、最寄りの修理ご相談窓口に直接おかけください。

- 地区・時間帯によって、集中修理ご相談窓口に転送させていただく場合がございます。

北 海 道 地 区

地域	所在地	電話
札幌	札幌市厚別区厚別南2丁目17-7	☎(011)894-1251
旭川	旭川市2条通16丁目1166	☎(0166)22-3011
帯広	帯広市西20条北2丁目23-3	☎(0155)33-8477
函館	函館市西桔梗589番地241（函館流通卸センター内）	☎(0138)48-6631

東 北 地 区

地域	所在地	電話
青森	青森市大字浜田字豊田364	☎(017)775-0326
秋田	秋田市東通り2丁目1-7	☎(018)831-7833
岩手	盛岡市厨川5丁目1-43	☎(019)645-6130
宮城	仙台市宮城野区扇町7-4-18	☎(022)387-1117
山形	山形市平清水1丁目1-75	☎(023)641-8100
福島	郡山市亀田1丁目51-15	☎(024)991-9308

首 都 圏 地 区

地域	所在地	電話
栃木	宇都宮市上戸祭3丁目3-19	☎(028)689-2555
群馬	前橋市箱田町325-1	☎(027)254-2075
茨城	つくば市筑穂3丁目15-3	☎(029)864-8756
埼玉	桶川市赤堀2丁目4-2	☎(048)728-8960
千葉	千葉市中央区末広5丁目9-5	☎(043)208-6034
東京	東京都世田谷区宮坂2丁目26-17	☎(03)5477-9780
山梨	甲府市宝1丁目4-13	☎(055)222-5171
神奈川	横浜市港南区日野5丁目3-16	☎(045)847-9720
新潟	新潟市東明1丁目8-14	☎(025)286-0171

中 部 地 区

地域	所在地	電話
石川	金沢市横川3丁目20	☎(076)280-6608
富山	富山市根塚町1丁目1-4	☎(076)424-2549
福井	福井市問屋町2丁目14	☎(0776)25-5001
長野	松本市寿北7丁目3-11	☎(0263)86-9209
静岡	静岡市葵区千代田7丁目7-5	☎(054)287-9000
愛知	名古屋市瑞穂区塩入町8-10	☎(052)819-0225
岐阜	岐阜市中鶉4丁目42	☎(058)278-6720
高山	高山市花岡町3丁目82	☎(0577)33-0613
三重	津市久居野村町字山神421	☎(059)255-1380

近 畿 地 区

地域	所在地	電話
滋賀	栗東市霊仙寺1丁目1-48	☎(077)582-5021
京都	京都市伏見区竹田中川原町71-4	☎(075)646-2123
大阪	大阪市北区本庄西1丁目1-7	☎(06)6359-6225
奈良	大和郡山市筒井町800番地	☎(0743)59-2770
和歌山	和歌山市中島499-1	☎(073)475-2984
兵庫	神戸市中央区琴ノ緒町3丁目2-6	☎(078)272-6645

中 国 地 区

地域	所在地	電話
鳥取	鳥取市安長295-1	☎(0857)26-9695
米子	米子市米原4丁目2-33	☎(0859)34-2129
松江	松江市平成町182番地14	☎(0852)23-1128
出雲	出雲市渡橋町416	☎(0853)21-3133
浜田	浜田市下府町327-93	☎(0855)22-6629
岡山	岡山市田中138-110	☎(086)242-6236
広島	広島市西区南観音8丁目13-20	☎(082)295-5011
山口	山口市小郡下郷220-1	☎(083)973-2720

四 国 地 区

地域	所在地	電話
香川	高松市勅使町152-2	☎(087)868-6388
徳島	徳島市沖浜2丁目36	☎(088)624-0253
高知	高知市仲田町2-16	☎(088)834-3142
愛媛	愛媛県伊予郡砥部町八倉75-1	☎(089)905-7544

九 州 地 区

地域	所在地	電話
福岡	春日市春日公園3丁目48	☎(092)593-9036
佐賀	佐賀市鍋島町大字八戸字上深町3044	☎(0952)26-9151
長崎	長崎市東町1949-1	☎(095)830-1658
大分	大分市萩原4丁目8-35	☎(097)556-3815
宮崎	宮崎市本郷北方字草葉2099-2	☎(0985)63-1213
熊本	熊本市健軍本町12-3	☎(096)367-6067
天草	本渡市港町18-11	☎(0969)22-3125
鹿児島	鹿児島市与次郎1丁目5-33	☎(099)250-5657
大島	名瀬市長浜町10-1	☎(0997)53-5101

沖 縄 地 区

地域	所在地	電話
沖縄	浦添市城間4丁目23-11	☎(098)877-1207

所在地、電話番号が変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。　0906